

Numele meu este Simona F. și am 50 de ani.

Am început sesiunile de terapie Bowen după
mici multe luni de tratament medicamentos
pentru anxietate, depresie și stres. Tratament
care mi-a dat efectele și nu cauza acestor probleme.

Făcând atenție de panică, mă speram pentru
orice, nu puteam să dorm, nu puteam să mă relaxez,
mi simțeam corpul presat ca într-o mângâiere.
Am avut dureri de omoplat continuă care nu
puteam să scutesc antiinflamatoare luaam și un chist
la șoldul drept. Și simțeam că eu merg într-o
parte și corpul meu în altă parte. Cu toate acestea
știam că trebuie să existe ceva care să le aducă
bună nou pe același drum doar nu știam ce.
Știam că trebuie să fac o schimbare ce mine.
Că am nevoie de ajutor.

Așa am început să cont.

Intr-o zi l-am auzit pe un domn vorbind despre
o terapie în care cineva îți aplică anumite mișcări
pe diferite zone ale corpului și că se simte foarte
bine. Mi-a răsunat în urechi și vorbe de terapie Bowen.
Fără nicio ezitare am contactat cabinetul domnisoarei
Elena Hamza cu încredere deplină.

Am început sesiunile de terapie în sermă
cu un ansă și jumătate, sesiunile care mi-au readus
starea de bine și chef de viață. Dincolo de
starea de relaxare mi simțeam corpul meu
eliberat și mișcarea mai ușoară. La terapie
experimente și emoții și trăiri diferite.

Uneori la plecare minteam că plutesc,
că nimic nu mi poate afecta starea de bucurie
și de liniște.

Într-un cuvânt mă simt foarte bine și
nici nu vreau să mă mai gândesc la stările
și durerile pe care le aveam când am
început redințele de terapie Bowen.

Multa mîncă din mîncarea Elena Hamar
pentru dorință, înțelegere și implicare.

Acum am în gând vorbele care mi le
spune la finalul redințelor: „Apă, mișcare
și bucurie la suflet!”

Simona F. - 0740043408